

# temes-4)

**MARIÀ MAYANS.** President de l'Institut d'Estudis Eivissencs

## VIATJAR TOT FENT SENDERISME I CULTURA A LES PITIÜSES

Amo tots els camins, fins els més aspres,  
mentre siguin oberts  
i posin tremolor de fruita nova  
als meus sentits desperts.

ROSA LEVERONI

*Poesia, 1981*

Eivissa i Formentera són unes illes ideals per caminar i fer turisme cultural.

Sabíeu que la ciutat d'Eivissa va ser fundada el segle VII a.C.? Estau al corrent que té una murada construïda el segle XVI? I que una part de les Pitiüses és Patrimoni de la Humanitat? Coneixeu la seua gastronomia de marcat caràcter i sabor illencs? Què en sabeu, dels balls i les tradicions de les nostres illes? I de la natura?

I, creieu-me, la millor manera de conèixer Eivissa i Formentera és caminant.

Si visitam els espais a peu, a poc a poc, introduint-nos-hi a fons, estimant-los i respectant-los, és impossible no gaudir i aprendre coses noves a cada passa.

Sí, ja sé que Eivissa és coneguda sobretot per les platges, l'oci nocturn i la festa. Què hi farem! Però també té llocs excepcionals per desconnectar, caminar i conèixer la natura, la cultura i la història del país. Per fer, en definitiva, senderisme.

### El senderisme

Però, què vol dir fer senderisme? Ho sabem? El Diccionari de l'Institut d'Estudis Catalans (DIEC) diu que el senderisme és la «pràctica excursionista que consisteix a recórrer els senders de gran recorregut», i la Gran Enciclopèdia Catalana (GEC) defineix senderisme com una «pràctica excursionista que consisteix a recórrer a peu camins senyalitzats i homologats».

Hi ha grans divergències en la definició de senderisme. I si anam a les puntualitzacions de federacions excursionistes diverses o a les definicions d'altres idiomes –la Real Academia de la Lengua Española (RAE) defineix el senderisme com una «activitat esportiva que consisteix a caminar pel camp seguint un itinerari determinat»–, les diferències són encara majors.

Però bé, potser no cal buscar tanta definició. Si en el fons tots sabem què és el senderisme! O no? O pot ser que cadascú tenguí al cap la seua definició particular? Au idò, heus aquí la

Caminant pel desert (fotografies de l'autor).



## 183

meua: el senderisme és, per a mi, «una manera de viatjar, tocant de peus a terra, alhora que feim cultura i esport suau». I en dir viatjar no em referesc a visitar llocs llunyans, perquè qualsevol caminada amb els ulls ben oberts i amb ganes d'aprendre, encara que sigui pels voltants de casa, pot significar cada dia un gran viatge.

Diuen que ens agrada viatjar perquè és com tornar a néixer: sentir noves sensacions, escoltar sons fins llavors desconeguts, veure paisatges insospitats, assaborir menjars que ni imaginàvem, olorar noves flaires, descobrir cultures diferents...

No, viatjar no és fer molts quilòmetres ni recórrer com més ciutats i països millor; el vertader viatge és aquell que ens deixa un record, una experiència de vida i un aprenentatge que van ressonant al fons del nostre bagatge cultural. I això només ho aconseguirem viatjant a poc a poc i tocant de peus a terra.

### Experiències de camí

Permeteu-me, per uns instants i abans d'explicar-vos com fer senderisme a Eivissa, contar-vos breument la meua experiència, que esper que us sigui útil.

Potser el meu gran bateig com a caminador fora d'Eivissa va ser, ja fa molts anys, una llarga caminada pel desert del Sàhara. Pot semblar-vos, així de primera vista, que el desert ha de ser un lloc avorrit i sense vida, i així és si el veiem des d'un avió o des d'un automòbil. Però a peu és fascinant. Cada passa, cada duna, cada pedra, cada arbre, cada planta... són especials. La nit és espectacular. El cel, superb. L'arena en fer-se de dia és tot un festival de petjades dels animals que la nit anterior han sortit a buscar-se la vida: escarabats, serps, ocells, fenecs, llangardaixos...

I els conceptes d'espai i de temps són, al desert, completament diferents dels que estam acostumats en la nostra civilització. Avorriment? Si ens obrim a les noves sensacions i coneixements, gens ni mica.

De llavors ençà sempre he preferit aquest tipus de viatge a qualsevol altre. Fins i tot a les grans ciutats!

No vull dir que no hàgim de visitar els llocs emblemàtics de cada lloc, però fugim-ne després. Fem senderisme pels carrers; mirem-los amb ulls diferents: la gent, els racons, la roba estesa, les finestres obertes, els bars que no surten a cap guia, les botigues on compra la gent del país, els mercats, els supermercats fins i tot...

Sabeu quina ha set, fa poc, la meua última ruta senderista de ciutat i que m'ha encantat? Va ser de la plaça d'Espanya de Barcelona fins a la rambla de Badalona, costa a costa. És una caminada preciosa i molt interessant. Com canten Joan Manuel Serrat i Manolo Escobar: «¡Qué bonito es Badalona!».

I sabeu quina és la meua caminada preferida a Eivissa? És des de casa fins a Santa Gertrudis (8 quilòmetres anar i tornar)

a comprar el diari, el pa..., o el que sigui, que això és l'excusa. El que importa és fer el camí: amb pols o amb fang, amb les basses gelades o sense basses, amb el torrent eixut o vessant d'aigua, a quaranta graus o amb fred, amb flors o sense flors, fins i tot un dia el vaig veure nevat, el meu camí!

El mateix camí pot ser cada dia un viatge diferent, bonic i relaxant. És esplèndid observar com verdeja el camp quan cauen les primeres pluges a la tardor i com grogueja en començar l'estiu. O veure com s'ha obert aquella flor que ahir encara era tancada, i també com es marceix uns dies després.

Terrats de Xaouen



Podem, idò, escriure ara un afegitó a la nostra definició particular de senderisme. Havíem dit abans que fer senderisme era «una manera de viatjar, tocant de peus a terra, alhora que fent cultura i esport suau» i ara podem afegir-hi: «tot mirant la realitat amb una visió cada dia nova i positiva».

### El senderisme com a font de salut

Ja veis que el senderisme és una font de cultura i plaer, però també de salut física i mental.

L'estona que caminam, i més si anam sols, és una pausa al nostre cervell per fer idees, ordenar-les, potenciar la concentració, ser creatius, recarregar energia i, fins i tot, prendre decisions més o menys importants.

Físicament té el gran avantatge que podem adaptar el camí que recorrem als nostres gustos, necessitats i exigències. El senderisme està clar que millora la salut cardiovascular, redueix el colesterol i la hiperglucèmia, potencia el sistema immunitari, enforteix els ossos, els músculs i les articulacions, i ens prepara per dormir millor i amb un son més reparador.

Caminar suposa també una major producció i alliberament d'endorfines, que són uns neurotransmissors que provoquen relaxament i plaer.

1  
2  
6  
10  
14  
18  
20  
22  
24

# temes-4)

Es Cap d'es Jueu.



No pretenc explicar aquí exhaustivament cap estudi, sinó fer-vos només una petitíssima introducció a alguns dels punts en què més ens afavoreix aquesta activitat.

## Abans de partir

Tampoc us diré què heu de dur per anar a caminar. Imagino que tots tenim prou seny per no sortir a fer un camí llarg en ple mes d'agost sense una ampolla d'aigua i un bon capell, i que no emprendrem una etapa per la muntanya amb xancles ni un trajecte llarg amb unes sabates acabades d'estrenar... Don per descomptat que els senderistes tenim sentit comú i l'usarem en anar de camí.

El que sí que us he de dir, i això per desgràcia sembla que encara no ha arribat a tothom, és que pel lloc on passem no hem de deixar-hi ni un sol rastre. Ni les restes orgàniques que consideram biodegradables. Res de res. Que la nostra senda quedi tal com era abans de passar-hi.

## Caminant per Eivissa i Formentera

Bé, ara sí. Ja estam preparats per començar a recórrer Eivissa i Formentera.

Pensau que aquestes illes són un lloc ideal per caminar, amb un paisatge nou a cada passa, una cultura mil·lenària que ens envolta arreu i una lliçó d'història i de natura que ens espera a cada racó. Però el senderisme a Eivissa té les seues particularitats, i cal conèixer-les abans de partir.

En primer lloc vull dir-vos que les Pitiüses no tenen una infraestructura adequada per al senderisme. Així de clar. No es-

pereu sendes ben senyalitzades i amb un manteniment exquisit. Això no hi és.

Deixau-vos dir també que a Eivissa i Formentera tots els terrenys són de titularitat privada. A les Pitiüses, totes les passes que feim fora d'una via pública –inclosos camps i boscos–, les recorrem per propietats particulars. Siguem per tant sempre, a més de respectuosos, discrets en els nostres camins.

I així, on, quan i com puc fer-hi senderisme, jo, a Eivissa o a Formentera? Idò mirau, a les Pitiüses hi ha molt d'espai per fer caminades precioses i espectaculars, tant urbanes com a llocs inhabitats, però poc o gens senyalitzades. Opcions, però, en teniu moltes. Depèn del vostre pla.

La primera opció, si teniu temps i voleu integrar-vos una mica en la societat illenca, és buscar un dels nombrosos grups locals que fan sortides. L'Institut d'Estudis Eivissencs, els Desorientats d'Eivissa..., són associacions sense ànim de lucre a qui podreu acompanyar en les seues caminades sense problema. Solen ser gent de l'illa i generalment fan les activitats en català. Amb la majoria podeu contactar-hi per Internet sense cap problema.

Una segona alternativa és apuntar-vos a grups que organitzen sortides professionalment. N'hi ha uns quants i també és fàcil posar-se en contacte amb ells a la xarxa. Aquests grups solen tenir també un bon coneixement del territori, però no sempre de la cultura illenca.

I una tercera elecció, també molt vàlida, són les pàgines web amb indicacions publicades per altres excursionistes. Potser la pàgina més coneguda i amb més informació és Wikiloc, on trobareu sendes de tota mena i dificultat.

Pensau, però, que moltes de les caminades transcorren per indrets difícils, sense cobertura de mòbil ni cap senyalització i,

en algun cas, penya-segats o camins perillosos i no recomanables per fer sols i sense gent coneixedora del lloc. Cadascú que posi tot el seny necessari en les seues sortides.

### Caminades recomanades

No puc fer ara i aquí una guia exhaustiva de rutes; n'hi ha tantes! La majoria podeu trobar-les ja descrites a Internet i particularitzar-les després segons els vostres gustos i preferències: més curtes o més llargues, més agrestes o menys... El que sí que faré però, és aconsellar-vos, a grans trets, una dotzena de caminades variades per Eivissa i Formentera per als que, desconexadors de les nostres illes, vulguin començar a entendre-les millor.

### Formentera

1. *Platja de Migjorn*. Sortiu d'es Copinar i, en direcció oest, arran de mar, seguiu tota la costa fins a on us vengui de gust, depèn de les hores i els quilòmetres que vulgueu caminar. La tornada pot ser per la passarel·la de fusta o per algun camí més interior.

2. *La Mola*. Paga la pena perdre's pels camins que, sortint del Pilar cap al nord, us duen fins a la punta de sa Creu i tornar per algun camí o carrerany alternatiu. Si aquesta caminada us sembla curta, podeu fer-la sortint des Caló i accedint a la Mola pel camí de sa Pujada.

Molí de ca na Truia.



3. *De la Savina fins es Trucadors*. Des de la Savina empreneu camí cap a l'est, sempre vora mar, fins a la punta des Trucadors. Podeu tornar pel mateix lloc o bé per la costa de llevant fins es Pujols i d'aquí seguir el camí que voreja l'estanc Pudent per la riba sud.

### Eivissa

1. *Ciutat d'Eivissa i platja d'en Bossa*. Una caminada per la Marina i Dalt Vila és imprescindible si veniu a Eivissa. Sortiu de la Marina i entrau Dalt Vila pel Portal de Ses Taules. Voltau Dalt Vila tant com desitgeu i sortiu pes Soto. Seguiu cap a ponent fins a la torre de sa Sal Rossa i tornau al punt de sortida més per l'interior.

2. *Sant Antoni i la badia de Portmany*. Des del passeig de ses Fonts, caminau vora mar cap al sud i després a ponent tot seguint la badia de Portmany. Arribau fins al Port des Torrent, la punta de Sa Pedrera o La Bassa. Tornau per camins interiors.

3. *Santa Eulària*. Sortiu de la boca del riu i, cap al nord i, seguint el riu, pujau al puig de Missa. Baixau després fins a s'Alamera i d'allí i vora mar cap a llevant... fins a on vulgueu. Tornau per l'interior.

4. *Santa Agnès de Corona i cala Salada*. Sortiu de Santa Agnès de Corona i travessau el pla en direcció sud-oest. Agafau després camí cap al cap Nunó i cala Salada. Tornau pel torrent des Forn Roig.

5. *Sant Mateu i torres d'en Lluc*. Sortint de Sant Mateu, travessau el pla d'Aubarca en direcció nord. Continuuu fins a les torres d'en Lluc. Podeu tornar pel mateix camí o fer-ne un d'alternatiu.

6. *Cala de Sant Vicent, s'Aigua Dolça i tornada per ses Formigues*. Sortint de la cala de Sant Vicent, pujau cap a la urbanització Allà Dins i després cap a s'Aigua Dolça (també anomenada cala de Jonc). Seguiu la costa cap a l'oest fins a ses Formigues. Allí hi ha un viarany que puja al pla de ses Formigues i des d'allí es torna a sa Cala una altra vegada.

7. *Sant Josep i talaia de Sant Josep*. Sortint de Sant Josep, hi ha un camí que puja directament a sa Talaia, que és el puig més alt d'Eivissa (475 m). Des d'allà tendreu unes vistes excepcionals.

8. *Es Bol Nou i es Cap des Falcó*. Sortiu des Bol Nou per la costa en direcció a llevant. Caminau després tota la platja des Còdols i continuau pel carrerany puig amunt paral·lel a la mar.

9. *Can Bellotera i puig des Merlet*. Sortint de Can Bellotera, agafam el camí asfaltat que va cap al nord. En arribar as Rafal Trobat tenim, a la dreta, el començament de la pujada cap al puig des Merlet (també anomenat puig de sa Pega). La tornada és pel mateix camí.

Tingueu en compte, però, que els itineraris que aquí us he indicat són simples suggeriments sense cap concreció. Si voleu fer-los tots sols, cal que us informeu més sobre tots ells abans de partir. ■